

産業カウンセリング学会 2019年8月25日

# 学生相談の現場から見た キャリアカウンセリングと 心理カウンセリング

～専門性の分化と統合～

京都大学 学生総合支援センター センター長  
杉原保史

## 自己紹介

- ・心理カウンセリングが専門
- ・統合的アプローチ
- ・心理力動論をベースに
- ・体験的であることを重視
- ・文脈、システム、関係を重視

## ポール・ワクテルの見方

心理力動論の文脈化

個人の精神内界の力動

対人関係の文脈

社会・文化の文脈

## ポール・ワクテルの見方

われわれが心理的なものと社会的なものを区別してしまえば、両者の理解はともに貧弱になる。  
(Wachtel, 2011b, p.228)

## ポール・ワクテルの見方

現代社会の病は、心理学の問題を経済学で解決しようとするところから生じている。  
Wachtel (1989) Poverty of Affluence.

たとえば

- 欲望の社会的な構成
- 買い物の抗うつ作用
- 「よい人生」が物質的・経済的に規定される傾向
- 人間関係の絆を犠牲にして移動する前提

## ポール・ワクテルの見方

主観的世界が、アップルやマスターカードやナイキとは無関係に、母親と幼児の間のみで形成されるというような閉ざされたイメージを乗り越える必要がある。そのためには精神分析そのものがよりオープンになる必要がある。(Wachtel, 2014)

## 事例を通して考える

### ある事例から（架空事例）

- ・理系大学院生 30歳男性 博士課程在籍
- ・2年ほど前から憂うつ。
- ・研究も進まない。
- ・特に何もせずにダラダラして2年あまりが過ぎた。
- ・博士号を取ろうと思っているが、全然、進まない。
- ・大学（研究室）には来ている。
- ・危機感、あせりが募っていく。
- ・体調が悪くだるいが、医者に行っても医学的には特に問題ないと言われる。

### ある事例から（架空事例）

- ・大学院重点化以来、博士課程で受けられる学生の数とアカデミックポストの数との間に不均衡が生じ、博士課程まで行ってもアカデミックポストに就けな人が一定生み出される構造が強まっている。
- ・しかし、教員側は博士課程をアカデミックなキャリアとしか考えない昔ながらの考え方のまま。
- ・研究室には博士課程を経て民間企業や公務員になることを“挫折”としか見なさない雰囲気浸透している。
- ・そのことが博士課程の学生の進路の選択に不必要な重荷を負わせている。
- ・あなたの抱えている問題はあなたの個人的な問題であると同時に、その重要な部分はみんなで取り組むべき社会的問題でもある

### この事例から

- ・心理カウンセリング  
無気力状態  
生産性を下げるこだわり  
研究職における燃え尽き  
アイデンティティの揺らぎ
- ・キャリアカウンセリング  
研究者を目指してきた学生が、研究職か民間企業かの進路上の岐路に立っている
- ・いずれにせよ  
クライアントの中で滞っている潜在的な感情に焦点を当て、体験を促進し、深い願いや価値に接触できるように支援する。対話の中で、クライアントが内なる自己のコアと接触し、対話するよう促進する。

### 個人的・内面的問題

- ・個人的・内面的問題  
厳しい現実を認識する  
完璧な研究者になりたいという夢を諦める（喪の過程）  
多様な価値にオープンになる  
こだわりを緩めて選択の柔軟性を高める

### 社会的・現実的問題

- ・社会的・現実的問題  
研究職のポストの減少  
大学院の定員はできる限り充足させている状況  
博士課程修了者の採用意欲が低い企業の状況  
アカデミックポスト以外は失敗とみなす時代遅れのキャリア観の浸透

### 個人的・内面的問題と社会的・現実的問題

- 個人的・内的問題と社会的・現実的問題とは、複雑に絡んでいる。カウンセラーは双方を見ていくことが必要。
- 深層の問題を扱う心理カウンセラーは、現実の問題を軽くみなしがち。現実の問題を丁寧に扱うことは、深層の問題を扱うことに他ならない。
- 現実の問題を扱うキャリアカウンセラーは、深層の問題を厄介な別問題とみなしがち。深層の問題に関心を払わずに現実の問題を扱うことは、効果的にならない。